JORNAL DE DESPORTO DOS CONCELHOS DE SINTRA E AMADORA

DIRETORA: GRAÇA TRACANA ANO XVI • N.º 121 • Agosto de 2024 // GRATUITO

Jornal Desportivo

"Tenho plena confiança que vamos ter bons resultados!"

João Moucheira, presidente do CA Pêro Pinheiro

• p. 7-9

Paris2024

Jogos Paralímpicos

Carolina Duarte, da JOMA, vai estar nos Jogos Paralímpicos que decorrem em Paris entre 30 de agosto e 8 de setembro.

PÁG. 5

Patinagem

Campeonato da Europa

Sintrenses Rita Azinheira e Francisco Gonçalves, de Santa Susana, sagram-se campeões europeus de patinagem.

PÁG. 6

AP Lisboa

Luis Nascimento

Entrevista a Luis Nascimento que foi reeleito presidente da Associação de Patinagem de Lisboa.

PÁG. 6

Pesca

Guilherme Serrario

Conheça a história de Guilherme Serrario, campeão europeu de pesca que iniciou no Mucifalense.

PÁG.10

Karaté

Karatecas do Dojo Samurai em destaque no 1.º Torneio da Lusofonia

O Complexo Desportivo de S. Domingos de Rana, em Cascais, recebeu no final de julho o 1.º Torneio da Lusofonia, evento que reuniu atletas de Portugal, Brasil, Angola, Moçambique, Cabo Verde e São Tomé e Príncipe.

Este evento foi organizado pela Associação Portuguesa de Karate Shukokai.

O Dojo Samurai teve 11 atletas a competir neste torneio em representação da Associação Portuguesa de Karaté Shukokai (APKS).

A equipa de Sintra trouxe 7 medalhas de ouro conquistadas por Mariana Marques (Kumite Sénior +68kg), Carolina Minga (Kata Sénior), Gonçalo Sousa (Kata Sénior), Diogo Teixeira (Kumite Sénior -75kg), Pedro Fernandes (Kata Júnior e Kumite Junior) e Ricardo Couveiro (Kata Iniciado).

Mariana Marques trouxe ainda a medalha de prata nas provas de Kata Sénior. O mesmo resultado tiveram os atletas Bernardo Melo (Kumite Sénior +75kg), Rodrigo Bruno (Kumite Júnior), Tiago Couveiro (Kumite Juvenil) e Martim Caiado (Kata Juvenil).

DIREITOS RESERVADOS

Gonçalo Sousa (Kumite Sénior), Gonçalo Freire (Kata Juvenil e Kumite Juvenil), Martim Caiado (Kumite Juvenil) e Ricardo Couveiro (Kumite Iniciado) alcançaram o 3.º lugar do pódio.

Nas provas por equipas, o Dojo Samurai teve Mariana Marques a integrar a equipa que trouxe o ouro nas provas de kumite e o bronze nas provas de kata. Carolina Minga trouxe o bronze nas provas de Kata Equipa Sénior. A mesma posição foi alcançada pela equipa de Kumite onde estavam os atletas sintrenses Diogo Teixeira e Bernardo Melo.

O Dojo Samurai teve ainda um atleta, Kevine Martins, a representar a equipa de Cabo Verde tendo conquistado a medalha de prata nas provas de Kumite Equipa Sénior.

■ Nuno Rilhas

Motociclismo

Dinis Borges volta a estar presente no Campeonato do Mundo de Superbikes

O piloto sintrense Dinis Borges foi chamado pela Federação de Motociclismo para participar como Wild Card na sétima etapa do campeonato do Mundo Superbike WSBK que irá decorrer em Portimão entre os dias 9 e 11 de agosto.

Esta será a quarta vez que o piloto, natural da Praia das Maçãs, vai estar em representação de Portugal no Campeonato do Mundo. De recordar que Dinis fez história ao ter sido o primeiro e único português a pontuar na categoria de SSP300 no mundial de Superbikes.

No que diz respeito ao Campeonato Nacional de Velocidade, Dinis, segue no bom caminho para revalidar o título de campeão nacional de Supersport 300 conquistado no ano passado.

Na terceira jornada do Campeonato, que decorreu no final do mês de julho em Portimão, o jovem piloto, ao comando da sua Kawasaki Ninja 400, terminou as duas corridas no 1.º lugar e assumiu a liderança do Campeonato quando ainda faltam três jornadas para o fim.

A próxima etapa do Campeonato Nacional de Velocidade está marcado para 7 e 8 de setembro no Estoril.

Antes, é esperado que Dinis faça uma participação no Campeonato Espanhol de Superbikes que entre 28 de agosto e 1 de setembro vai ser disputado no Estoril.

De referir que na primeira passagem pelo Estoril do Campeonato Espanhol nesta época no passado mês de julho, Dinis teve uma excelente prestação ao conquistar o 3.º lugar na primeira corrida, marcando assim o primeiro pódio nesta competição. Na segunda corrida terminou na 5..ª posição.

■ Nuno Rilhas

DIREITOS RESERVADOS

Atletismo

Camila Gomes sagra-se duplamente Campeã Nacional Sub-23

A atleta Camila Gomes, natural da freguesia de Colares, esteve em destaque nos Campeonatos Nacionais de Sub-23, prova que decorreu na Pista Professor Mário Moniz Pereira, em Lisboa.

A atleta, que representa o SC Braga, sagrou-se campeã nacional em dose dupla ao terminar na 1.ª posição nas provas de 800 e 1500 metros.

De recordar que em maio, Camila tinha conquistado a medalha de ouro nos Campeonatos do Mediterrâneo Sub-23, competição que decorreu no Egipto.

■ Nuno Rilhas

DIREITOS RESERVADOS

FICHA TÉCNICA
Diretora: Graça Tracana
Redação/Colaboradores: Nuno Rilhas, Carlos Correia, Bruno Taveira e Tânia Faria.
Produção publicitária: Carla Serra e Vera Tracana
Paginação: Nuno Rilhas
Departamento Publicidade: Cristina Abade, Marília Marques e Catarina Sauremaa.
Periodicidade: Mensal. **Tiragem média:** 55000

Estatuto Editorial: www.jornal-desportivo.pt
Proprietário e Editor: Mérito da Palavra, Lda.
Detentor de Capital: Mérito da Palavra, Lda. (100%)
NIF: 510015603
Registo da ERC: 126477 **INPI:** 524605
Depósito Legal: 372254/14
Sede: Avª dos Bombeiros Voluntários Nº19 Loja 1 2725-592 Mem-Martins
Redação: Rua Drº Sousa Martins, Nº 19 A 2725 - 461 Mem Martins

Contactos
Telefone : 21 920 22 40
Notícias/Eventos: redacao.mpalavra@gmail.com
Maquetes/Imagem: design.mpalavra@gmail.com
Publicidade: comercial.mpalavra@gmail.com
Faturação: contabilidade.mpalavra@gmail.com
Site: www.jornal-desportivo.pt

Impressão: Gráfica Funchalense
Morelena - 2715 Pêro Pinheiro

Jogos Paralímpicos

Carolina Duarte da JOMA nos Paralímpicos de Paris

DIREITOS RESERVADOS

Carolina Duarte, membro da equipa feminina da JOMA, está convocada para integrar a seleção nacional que vai estar presente nos Jogos Paralímpicos de Paris 2024, competição a decorrer entre 30 de Agosto e 8 de Setembro próximos. A jovem Carolina vai correr os 400 metros, tendo a apoiá-la o treinador principal do clube do Monte Abraão, o Professor João Abrantes.

Ao todo são 27 atletas a representar Portugal, 17 homens e 10 mulheres, distribuídos por 10 modalidades, os quais vão participar em 39 provas medalháveis. O Boccia é a modalidade com a maior representação lusa, com sete atletas. O nosso País tem pela primeira vez em Paralímpicos, atletas de Triatlo (1) e Powerlifting (1).

Canoagem (2 atletas); Atletismo (6); Badminton (1); Ciclismo (2); Natação (4); Judo (2); e Tiro (1), são as outras modalidades em que estarão envolvidos atletas portugueses. Na edição transacta, no Tóquio 2020, foram 33 os convocados, tendo conquistado duas Medalhas de Bronze.

■ Carlos Correia

Parapente

Associação de Voo Livre de Sintra conquista 3.º lugar no Campeonato Nacional de Parapente

A Associação de Voo Livre de Sintra participou com 4 atletas no Campeonato Nacional de Parapente que decorreu na Serra do Larouco, em Montalegre. A equipa de Sintra, composta pelos pilotos Carlos Lopes, Eusébio Soares, Darlindo Baeta e Ricardo Nunes conquistou o 3.º lugar em termos coletivos.

Individualmente, a melhor prestação foi de Carlos Lopes que assegurou o 1.º lugar do pódio na Classe Serial e conquistou o 2.º lugar tanto em Absolutos como no Campeonato.

Quanto aos restantes atletas, Eusébio foi 9 em Absolutos e 11.º no Campeonato, Darlindo Baeta, 19.º na Classe Serial, 24.º em Absolutos e 35.º no Geral e Ricardo Nunes foi 28.º na Classe, 33.º em Absolutos e 46.º no Campeonato.

■ Nuno Rillhas

DIREITOS RESERVADOS

Patinagem Artística

Várzea de Sintra e Santa Susana com campeões da Europa de Patinagem

DIREITOS RESERVADOS

Terminou em grande a participação de Portugal no Campeonato da Europa de Patinagem Artística, competição que decorreu em Fafe no final do mês de julho, com a conquista de seis medalhas de ouro, sete de prata e três de bronze.

Rita Azinheira, atleta da Sociedade Recreativa da Várzea de Sintra, foi a responsável por uma das medalhas de ouro.

A jovem atleta subiu ao primeiro lugar do pódio no escalão de juvenis ao terminar com a pontuação de 153.00, no total das duas provas (programa curto e longo).

Rita soma este título aos de campeã nacional, distrital e da Artístic International Series, obtidos esta época.

A Sociedade Recreativa da Várzea de Sintra levou ainda a participar no Campeonato da Europa Matilde Antunes que conquistou a medalha de bronze no escalão de cadetes.

De referir ainda Francisco Gonçalves, atleta da Sociedade Recreativa de Santa Susana e Pobral, que depois de se ter sagrado campeão nacional, volta a estar em destaque e trouxe o título de campeão da Europa no escalão de juvenis.

O jovem patinador conquistou a medalha de ouro com a pontuação de 117.00, no total das duas provas (Style Dance e Freedance).

A equipa de Santa Susana participou ainda nesta competição com os atletas Afonso Dias e Guilherme Sousa que terminaram na 6.ª posição, respetivamente, no escalão de cadetes e seniores.

■ Nuno Rilhas

DIREITOS RESERVADOS

Associação Patinagem Lisboa

Luís Nascimento reeleito presidente da APL:

«Vai ser uma etapa marcada pela ambição e inovação»

Luís Nascimento venceu as eleições na Associação de Patinagem de Lisboa e é reeleito presidente do organismo para um mandato de quatro anos. As eleições decorreram, dia 31 de julho, e além da eleição para presidente foram também sufragados os restantes órgãos sociais. A tomada de posse dos novos órgãos sociais realiza-se em setembro.

«É com alegria, responsabilidade e espírito de missão que aqui estou e para assumir o quinto mandato na APL, sendo este o segundo consecutivo. Penso que este vai ser um mandato diferente, onde já arrumámos a casa e vamos iniciar uma nova etapa na história da patinagem em Lisboa. Esta vai ser uma etapa marcada pela ambição, pela inovação e pelo compromisso com o crescimento e o desenvolvimento de todos os que fazem parte desta grande família», afirma Luís Nascimento.

Quais as prioridades para o próximo mandato?

«No programa da nova direção, que é de continuidade, estão definidas as prioridades, nomeadamente, mais praticantes. Queremos ver as nossas pistas repletas de jovens e adultos, apaixonados pela patinagem, seja no

DIREITOS RESERVADOS

hóquei, na patinagem artística, no skate, patinagem de velocidade ou inline freestyle. Para isso, iremos investir em programas de iniciação, em campanhas de divulgação e em parcerias com escolas e clubes.»

As modalidades no feminino estão cada vez mais na moda. Como vai ser em relação à patinagem?

«Acreditamos no potencial do hóquei feminino, apresentámos à FPP um plano de desenvolvimento que infelizmente menosprezaram. Mas porque acreditamos, vamos trabalhar em conjunto com os clubes com a intenção que a Federação Portuguesa de Patinagem exerça o seu papel na promoção e desenvolvimento do hóquei em patins e com isto criar mais oportunidades para todos os nossos atletas femininos e masculinos», afirma Luís Nascimento.

Arbitragem e treinadores são pontos de aposta obrigatória para a APL?

«Sim, sem dúvida! A formação de árbitros e treinadores qualificados é fundamental para o desenvolvimento da patinagem. Vamos criar programas de formação contínua e oferecer todas as ferramentas necessárias para que os nossos técnicos possam acompanhar a evolução da modalidade».

Como estão os recursos da APL?

«Bom, a falta de infraestruturas e equipamentos é um dos maiores desafios que enfrentamos. Vamos trabalhar incansavelmente para garantir para que todos os praticantes tenham acesso a espaços adequados para a prática da patinagem, bem como o equipamento necessário para um treino seguro e eficaz. A AP Lisboa já merece um novo espaço mais amplo e que nos permita desenvolver a patinagem e apoiar os clubes.

A finalizar o presidente da APL num futuro risonho da patinagem em Portugal: «Acredito num futuro brilhante para a patinagem em Lisboa. Um futuro onde a patinagem seja um desporto de referência, onde os nossos atletas sejam reconhecidos pelo seu talento e onde todos tenham a oportunidade de praticar este desporto tão completo e apaixonante.»

■ Miguel Nunes

Clube Atlético Pêro Pinheiro

João Carlos Moucheira:
«Objetivo é atingirmos a manutenção o mais rapidamente possível»

João Carlos Moucheira, 57 anos, empresário da indústria do mármore e com fortíssimas ligações ao clube do seu coração está à frente do clube que conta com cerca de 600 associados e centenas de praticantes. Ligado ao CA Pêro Pinheiro há 23 anos consecutivos, desde jogador a presidente, passando por treinador e dirigente, o número um da direção do CA Pêro Pinheiro começou por falar com orgulho do clube do seu coração.

"Joguei 18 anos no Pêro Pinheiro, fui, entretanto, treinador e como dirigente passei por quase todos os cargos, só me faltou ser presidente do Conselho Fiscal. Treinei as escolinhas, juvenis, juniores, seniores... Conheço muito bem a vida deste clube, muito mesmo. É uma ligação muito forte e que será eterna. Faço um grande esforço para me desdobrar entre a minha atividade profissional e o clube. Faço-o por amor.", confessa.

BRUNO TAVEIRA

BRUNO TAVEIRA

Jornal Desportivo - Qual o segredo do CA Pêro Pinheiro resistir com tanta vitalidade ao passar dos anos?

João Moucheira- Muito trabalho e estratégia! O clube neste momento pode contar com o apoio das empresas aqui da zona, dos sócios que nos vão fazendo os seus donativos. A formação? Sim, claro, é uma fatia muito importante para ajudar em tudo aquilo que são despesas. É desta forma que o clube vive financeiramente, nada de desafogos. A vida do Pêro Pinheiro nem sempre é fácil.

JD - Como foi a experiência do Pêro Pinheiro na Liga 3?

JM - Bom, tivemos na Liga 3 um presidente (Celestino Silva) que fez em pouco tempo o que quase em 80 anos ninguém o fez. Um trabalho sensacional! Injetou dinheiro para o clube sobreviver na Liga 3 e logo num ano em que o Pêro Pinheiro jogava num campo alugado, que era o do Sintrense. Aliás, para eles, Sintrense, foi muito bom porque, além daquilo que nós pagávamos, ainda tinha o dinheiro que o nosso clube pagava por cada jogo que nós lá fazíamos. Foi bom para eles. Para o Pêro Pinheiro? Foi aquilo que foi… descemos de divisão…

JD- Qual o objetivo para esta temporada?

JM - O cenário para este ano é reduzir o mais possível a despesa do Pêro Pinheiro. Não nos podemos comparar nem de perto nem de longe ao que o senhor Celestino Silva fez no ano passado. Terá que ser através das receitas dos patrocínios, das publicidades, das receitas da formação. Enfim, vamos procurar o mais e melhor possível para arranjarmos receitas. Mas é sempre pouco. Temos de reduzir o mais possível a despesa para conseguirmos levar o nosso barco a bom porto. Não é nada fácil…

JD - Com tantas dificuldades como é possível arranjar orçamento capaz de aguentar a época que aí vem?

JM - Andámos e andamos a contar tostões. E vai ser a época toda assim. Mas atenção, eu estive cá na altura do Covid-19 e aí é que não havia mesmo nada. Esta temporada sempre vamos tendo assistências aos jogos, já não é mau. O clube agora está vivo, aliás, bem vivo. Em breve vamos arrancar com a formação e tudo se há-de arranjar da melhor forma.

JD - Quais as expetativas para esta época?

JM - A minha expetativa é garantirmos a manutenção o mais rapidamente possível e arrancarmos para um resto de campeonato tranquilo. É isso que eu desejo muito! A ver se conseguimos passar uma ou duas eliminatórias da Taça de Portugal. A cereja no topo do bolo era termos a visita de um grande. Mas, atenção, que não me dou por insatisfeito com a vinda do Feirense aqui a nossa casa na segunda eliminatória da Taça uma vez que ficámos isentos na ronda inaugural. Com este jogo com o Feirense já deveremos ter uma receita considerável, sempre virá muita gente deles aqui a Pêro Pinheiro.

JD- Paulo Bento é um treinador da casa. Foi jogador e jogador do Pêro Pinheiro. É a pessoa certa para agarrar este desafio?

JM - Absolutamente. Paulo Bento é um amigo de longa data. Já trabalhei com ele. Foi quem aqui conseguiu a manutenção no Campeonato de Portugal. Com o Paulo conseguimos uma coisa que ainda não tínhamos conseguido até aí que era subir e mantermo-nos no Campeonato de Porugal. Este ano e comigo a voltar à presidência fiz questão que fosse com o Paulo Bento a treinador. E tenho plena confiança que vamos ter bons resultados!

■ Miguel Nunes

BRUNO TAVEIRA

Em cima da esquerda para direita: Diogo, Angelo, Geovani, Pedro Francisco, Cuco, Ameixa, Rita (analista), Vítor Henriques (adjunto), Paulo Bent (presidente do Pêro Pinheiro), Amir, Cunha, Diogo Baião, Leo e Foles. Em baixo da esquerda para direita: Paulo Luz, Henrique, Tipote, Cabete, Ju

Clube Atlé
Pêro Pinhe

Jornal Desporti

BRUNO TAVEIRA

o (treinador principal), David (adjunto/preparador físico), Paulinho (treinador adjunto), Armando (treinador guarda-redes), João Carlos Mouxeira
nquera Mamado, Zé, Kelton, Martim Quinaz, Bernardo, Rodrigo e Cortêz.

Calendário do Campeonato de Portugal – Serie C

1.ª jornada (18/8): Alcains-Pêro Pinheiro
2.ª jornada (25/8): Pêro Pinheiro-Benfica Castelo Branco
3.ª jornada (1/9): Peniche-Pêro Pinheiro
4.ª jornada (15/9): Pêro Pinheiro-Marinhense
5.ª jornada (29/9): União 1919-Pêro Pinheiro
6.ª jornada (6/10): Pêro Pinheiro-Sertanense
7.ª jornada (27/10): Alverca B-Pêro Pinheiro
8.ª jornada (3/11): Pêro Pinheiro-Sp. Pombal
9.ª jornada (10/11): Pêro Pinheiro-Fátima
10.ª jornada (27/10): Elvas-Pêro Pinheiro
11.ª jornada (8/12): Pêro Pinheiro-Arronches e Benfica
12.ª jornada (15/12): Mortágua-Pêro Pinheiro
13.ª jornada (5/1): Pêro Pinheiro-Marialvas
14.ª jornada (12/1): Pêro Pinheiro-Alcains
15.ª jornada (19/1): Benfica Castelo Branco--Pêro Pinheiro
16.ª jornada (26/1): Pêro Pinheiro-Peniche
17.ª jornada (2/2): Marinhense-Pêro Pinheiro
18.ª jornada (9/2): Pêro Pinheiro-União 1919
19.ª jornada (16/2): Sertanense-Pêro Pinheiro
20.ª jornada (23/2): Pêro Pinheiro-Alverca B
21.ª jornada (2/3): Pombal-Pêro Pinheiro
22.ª jornada (9/3): Fátima-Pêro Pinheiro

Guilherme Serrario: A Trajetória de um Campeão de Pesca

DIREITOS RESERVADOS

Guilherme Serrario iniciou a sua jornada na pesca em 2003, quando se juntou ao Mucifalense para praticar surfcasting, uma modalidade de pesca de praia. Contudo, desde o início, o seu verdadeiro interesse sempre foi a pesca à boia, uma modalidade que requer não apenas sorte, mas também uma grande dose de técnica e conhecimento. Em 2004, com o apoio do tio Henrique, Guilherme decidiu participar em campeonatos de pesca à boia, deixando para trás o surfcasting.

A pesca à boia destaca-se pela exigência técnica, desde a preparação do engodo até à forma como se atrai o peixe. Nos campeonatos, todos os pescadores competem sob as mesmas condições, com regras rigorosas e isco padronizado, incluindo sardinha, carapau, camarão, minhoca e pão. O engodo, composto por 10 litros de sardinha moída e quatro quilos de farinha, pode ser ajustado com água e areia.

Após vários anos de sucesso no Mucifalense, Guilherme mudou-se para Peniche em 2009, onde continuou a desenvolver as suas habilidades. Em 2015, integrou o clube Paço D'Arcos, com o qual tem participado em diversos campeonatos europeus e mundiais de pesca à boia. Este ano, Guilherme competirá mais uma vez no campeonato mundial, que terá lugar na Grécia, continuando a sua longa carreira em competições internacionais.

A carreira de Guilherme é marcada por inúmeras vitórias e prémios. Em 2016, conquistou o título de vice-campeão da Europa, tanto individualmente como em equipa. Ao longo dos anos, tem acumulado vários troféus e medalhas, que simbolizam o seu talento e dedicação ao desporto.

DIREITOS RESERVADOS

DIREITOS RESERVADOS

Antes de se dedicar à pesca, Guilherme teve uma carreira promissora no atletismo, representando o Núcleo Sportinguista de Almoçageme, até que uma lesão o levou a trocar a pista pelo mar. Desde então, a pesca tornou-se a sua grande paixão, e com o apoio do seu patrocinador, a MARPECHE, Guilherme tem continuado a competir ao mais alto nível.

O material utilizado nas competições é extremamente delicado, com linhas finas que variam entre 0.12 e 0.16 mm. Ao longo dos anos, a quantidade de peixe necessária para vencer uma prova diminuiu, devido à maior competitividade e à sobrepesca. Hoje, pescar entre 4 e 5 kg pode ser suficiente para ganhar uma prova, enquanto no passado era comum capturar entre 20 e 30 kg.

Nas competições, que duram quatro horas, é essencial capturar o peixe assim que ele se aproxima do engodo, pois essa pode ser a única oportunidade durante a prova. Guilherme já representou Portugal em diversas competições europeias incluindo em países como Itália, França, Espanha, Grécia e Portugal, onde cada seleção participa com 60 a 70 pescadores.

As provas favoritas de Guilherme em Portugal realizam-se em Vila Real de Santo António, no Algarve, um local que considera ideal devido à abundância de peixe. Apesar de algumas competições não terem corrido como esperado, Guilherme mantém o foco e a determinação.

Embora os prémios em algumas competições nacionais possam ser monetários, como os 500 euros que ganhou em Aveiro e na Moita, Guilherme prefere as medalhas conquistadas em campeonatos europeus e mundiais. Para ele, essas medalhas representam o reconhecimento de uma vida dedicada à pesca, uma paixão que continua a nutrir com a mesma intensidade desde que começou a competir.

A pesca, para Guilherme Serrario, não é apenas um desporto; é uma arte que exige paciência, técnica e, acima de tudo, paixão pela pesca.

■ Tânia Faria

Desporto nas Praias -

Desporto nas Praias de Sintra

TÂNIA FARIA

"Desporto na Praia" é um programa desportivo de verão organizado pela Câmara Municipal de Sintra, que decorre de 1 de julho a 31 de agosto, nas praias da Praia Grande e Praia das Maçãs.

Nesta nova edição, o "Desporto na Praia" oferece aos participantes a oportunidade de experimentar várias modalidades desportivas e conhecer alguns dos clubes desportivos do concelho de Sintra.

Os espaços destinados à prática das modalidades estarão disponíveis diariamente, durante os meses de julho e agosto, das 10h00 às 18h00.

Na Praia Grande, haverá a possibilidade de participar em jogos de voleibol, enquanto na Praia das Maçãs, os visitantes poderão praticar andebol, futebol, rugby e voleibol.

Promovida pela Câmara Municipal de Sintra, esta iniciativa visa incentivar a atividade física e desportiva, contribuindo para a adoção de hábitos de vida saudáveis e promovendo o bem-estar físico e mental.

■ Tânia Faria

TÂNIA FARIA

Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Agualva-Cacém

O renascer dos Bombeiros do Cacém

Seria um domingo normal como tantos outros, até que os alarmes soaram. Cinco bombeiros da corporação seguiram rapidamente em direção a Murches (Cascais), para combater um fogo florestal, que tinha iniciado por volta das 12h35.

O dia 21 de julho de 2024, vai ficar marcado de forma negativa, na história da Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Agualva-Cacém (AHBVAC). Durante uma operação de combate ao incêndio em Murches (Cascais), o veículo de combate a fogos florestais da corporação foi consumido pelas chamas e um bombeiro sofreu queimaduras de segundo grau nos membros superiores. O comandante Miguel Pereira, esteve presente no local e explica-nos como tudo aconteceu. "O que se passou ainda está sob inquérito, mas podemos tirar algumas conclusões, a equipa estava bem, tranquilos, não houve fadiga aqui associada, eles foram acionados no inicio da tarde (13h02), deviam estar no incêndio à cerca de 30 minutos e em trabalho efetivo deviam ter feito 10 a 15 minutos, não houve contexto de fadiga que normalmente existe nos fogos florestais, o nosso veículo estava em boas condições, fazemos sempre a manutenção e verificação, tínhamos feito a muito pouco tempo", refere.

Ao chegarem ao local do incêndio, os Bombeiros de Agualva – Cacém deparam-se com uma situação de mobilização da comunidade local. Alguns populares, equipados com mangueiras, estavam empenhados em proteger uma quinta situada na Rua do Outeiro. "Considerando que o nosso veículo não estava empenhado ao trabalho quando passou por lá, o comandante disse-lhes para ficar ali e atribui-lhes aquela missão, escolhem o posicionamento que o veículo fora da estrada para não criar embaraços e constrangimentos ao trânsito, é por esse motivo que fica naquele terreno de terra batida ao lado de uma casa devoluta, o incêndio já vinha agressivo e a favor do declive e do vento, são dois indicadores maus, quando a equipa se dirige ao local onde iriam fazer o combate, apercebem-se pelo vento que estava, não era seguro ter o veículo ali, e iniciam a sua retirada, o condutor avança alguns metros, já tinha o rodado da frente na estrada e apercebe-se das chamas, o veículo já tinha sido afetado pelas chamas, houve alguma coisa muito rápida que influenciou o comportamento do incêndio no local", recorda.

Durante a saída da equipa, o motorista do veículo queimaduras de segundo grau. Este incidente destaca os riscos significativos associados ao combate a incêndios e a importância de medidas de segurança rigorosas. "O nosso bombeiro foi queimado nas mãos, foi assistido imediatamente no hospital de Cascais, a companhia de seguros já estão a regularizar a situação em relação às queimaduras de segundo grau e já fez a primeira consulta de cirurgia plástica, as coisas estão a caminhar bem felizmente, o bombeiro está estável", refere Francisco Rosado, Presidente da AHBVAC.

Para a corporação de bombeiros, esta situação marcou todos profundamente, uma vez que estão constantemente expostos ao risco. "Aqui nunca tinha ardido um veículo por completo, nós sabemos que se um veículo arde daquela maneira e se um de nós tem o azar de lá ficar, sabemos o que nos espera", afirma o Comandante Miguel Pereira.

BRUNO TAVEIRA

O veículo de combate tinha um valor significativo para toda a corporação, em 2012 a corporação necessitava de outro veículo de combate a fogos florestais e para isso, os bombeiros voluntariaram-se e prescindiram do valor que lhes era atribuído pelo Dispositivo Especial de Combate a Incêndios Rurais (DECIR), doando a verba à AHBVAC, para aquisição do veículo que foi destruído pelas chamas.

BRUNO TAVEIRA

Novo veículo de combate, para quando?

A AHBVAC enviou toda a informação necessária e os relatórios, para a Autoridade Nacional de Emergência e Proteção Civil (ANEPC) de forma a realizarem uma avaliação do incidente. Entretanto o Presidente da Câmara Municipal de Sintra, Dr. º Basílio Horta, informou que, "de forma inquestionável, não deixaremos de estar ao lado dos Bombeiros de Agualva-Cacém na aquisição de um veículo de combate que reponha o que foi destruído, no incêndio ocorrido em Cascais, no Parque Natural Sintra Cascais", a autarquia contribuirá com 200 mil euros, enquanto a ANEPC contribuirá com mais 20% do valor da fatura. Este apoio reforça a importância da colaboração entre instituições e a valorização do trabalho dos bombeiros, garantindo que possam continuar a desempenhar suas funções essenciais com os recursos adequados.

Até ao momento ainda não há previsão para entrega do novo veículo. A falta de uma data definida para a entrega do novo veículo, é uma situação desafiadora para a corporação. "Essa é a minha maior preocupação, porque aquele era o veículo mais novo de combate a incêndios florestais (já com alguma idade), temos outro veículo que é mais antigo", afirma Francisco Rosado.

Os incêndios florestais tornam-se uma preocupação constante durante o verão, especialmente com o aumento das temperaturas e a diminuição da humidade, apesar da falta deste meio de combate, os bombeiros não deixarão de prestar o apoio necessário à população, garantindo responder eficazmente a todas ocorrências. "Queria que toda a população ficasse tranquila, não deixaremos de responder com toda a força que temos,e sempre que for necessário", refere o Comandante Miguel Pereira.

Reerguer a Associação Humanitária de Bombeiros Voluntário de Agualva-Cacém (AHBVAC)

Desde janeiro deste ano, Francisco Rosado, Presidente da Associação Humanitária de Bombeiros Voluntá-

BRUNO TAVEIRA

rios de Agualva-Cacém (AHBVAC), tem enfrentado a difícil e exaustiva tarefa de reerguer a Associação. Com o objetivo de revitalização da AHBVAC, o Presidente e sua equipa, têm implementado diversas estratégias, para resolver os graves problemas financeiros, que herdaram da antiga presidência. "Quando tomamos posse encontramos uma situação financeira muito grave, muitas dívidas e muito poucas receitas, o primeiro mês tivemos alguma dificuldade em pagar os 65 ordenados, mas pagamos! Tomamos posse no dia 15 de janeiro e dia 30 tínhamos de pagar 72 mil euros de ordenados e tínhamos apenas 7420 euros", afirma.

Francisco Rosado priorizou a transparência e o diálogo aberto, garantindo que todos estivessem cientes dos desafios e das medidas necessárias para a reestruturação. "Falamos com os trabalhadores sobre a situação

BRUNO TAVEIRA

que estamos a viver, eles têm compreendido, neste momento temos a segurança social em dia, temos ainda três dívidas que são do passado. Desde janeiro para cá pagamos todas as prestações da segurança social por isso conseguimos ter a declaração da não divida poder receber subsídios", refere.

Esta abordagem colaborativa, permitiu que todos se alinhassem em torno dos objetivos comuns e trabalhassem juntos para superar os obstáculos e encontrar soluções, com a organização de eventos culturais e de convívio para a população. "Temos feito campanhas de sócios, abrimos a porta à população, voltamos a realizar a Festa das Sardinhas de Agualva-Cacém, havia uma tradição de muitos anos desta festa, vamos também organizar um festival solidário". Em relação à piscina desde janeiro até maio houve um crescimento muito significativo, "aumentamos 214 utentes e 324 novos sócios, entendemos que esta casa são das pessoas, os bombeiros só existem porque as pessoas sentiram a necessidade de ter bombeiros", afirma.

Além de todo o apoio que prestam à população, a AHBC voltou a realizar o transporte de utentes não urgentes, que tinha sido cancelado pela antiga direção.

A confiança e o apoio da comunidade são fundamentais para o sucesso da missão da AHBVAC. A associação valoriza profundamente a solidariedade dos residentes e a colaboração contínua, que são vitais para enfrentar e superar as dificuldades, reforçando o seu compromisso em garantir a segurança e o bem-estar da comunidade.

■ Bruno Taveira

Patinagem Artística

Grupo União Recreativo do Linhó a formar atletas de sucesso

O Grupo União Recreativo do Linhó (GURL) celebrou 121 anos de existência. Uma história marcada pela paixão pelo desporto e pela cultura, que se traduz na organização de diversas atividades para a comunidade local.

Em entrevista ao presidente do clube, Óscar Gomes, ficamos a conhecer um pouco mais sobre a história do GURL, os seus desafios e os seus planos para o futuro.

Embora a documentação sobre os primórdios do GURL seja escassa, sabe-se que os fundadores do clube, movidos por uma paixão inabalável pelo desporto e pela cultura, iniciaram por organizar sessões de baile, um grupo de cicloturismo e uma banda de música. A patinagem artística surgiu no GURL em 2002, por iniciativa da treinadora Helena Veloso, com o objetivo de colmatar a falta de expressão da modalidade no concelho de Sintra.

Ao longo dos seus 121 anos, o GURL enfrentou diversos desafios, o maior dos quais foi encontrar um local definitivo para a construção da sua sede. "Foi uma luta árdua", confessa Óscar Gomes. "Inicialmente a antiga sede funcionava num espaço alugado, o que limitava o nosso crescimento. Encontrar o local ideal para construir a nossa própria sede demorou longos anos, mas graças à ajuda de várias personalidades da terra, como o Sr. Manuel da Silva, que doou o terreno, e o Sr. António Oliveira, que financiou parte da obra, conseguimos finalmente concretizar este sonho."

Apesar de nunca ter tido grande expressão em termos de resultados na patinagem artística a nível nacional, o GURL sempre funcionou como uma escola de formação e participou ativamente em campeonatos distritais. "O nosso objetivo principal nunca foi formar campeões, mas sim criar um ambiente onde as crianças pudessem desenvolver as suas capacidades físicas, artísticas e sociais", explica Óscar Gomes. "E temos muito orgulho em ter formado diversos atletas que hoje competem a alto nível."

O número de membros varia ao longo do ano, mas a modalidade continua a ser atrativa para muitas crianças. "A patinagem artística é uma modalidade exigente, que requer muita dedicação e disciplina, mas também é muito gratificante", afirma Óscar Gomes. "É uma ótima forma de as crianças se manterem ativas e saudáveis, ao mesmo tempo que desenvolvem a sua criatividade e expressividade."

Os treinos de patinagem no GURL estão estruturados de segunda a sábado e divididos por vários grupos: iniciação, pré-competição e competição. As modalidades disponíveis são patinagem livre e dança, com aulas de preparação física e flexibilidade a complementar o treino. "Os nossos treinadores são altamente qualificados e experientes", garante Óscar Gomes. "Trabalham incansavelmente para que os nossos atletas alcancem o seu pleno potencial."

TÂNIA FARIA

O clube organiza eventos internos e participa em provas da APL e em torneios particulares por todo o país. Para a iniciação, os torneios particulares e a Taça Glória do Ribatejo são os eventos mais marcantes. "Os nossos atletas adoram competir e mostrar o que aprenderam", diz Óscar Gomes. "É sempre emocionante ver o sorriso nos seus rostos quando conquistam um pódio."

Na competição, a Taça de Portugal é considerada o momento alto da época, dando acesso ao Campeonato Nacional. "É um evento muito importante para o nosso clube", confessa Óscar Gomes. "É uma oportunidade para os nossos atletas competirem com os melhores do país e testarem os seus limites."

O GURL ambiciona ter um piso de madeira no pavilhão, considerado fundamental para a qualidade e evolução dos atletas de patinagem e de outras modalidades. "Um piso de madeira proporcionaria melhores condições de treino e competição, o que nos permitiria atrair mais atletas e alcançar melhores resultados", explica Óscar Gomes. "Acreditamos que este investimento seria um grande passo em frente para o nosso clube."

O clube também pretende melhorar as condições para todos os praticantes, tanto a nível de materiais como logísticos, e alcançar a autossuficiência financeira.

■ Tânia Faria

Artes Marciais

Pedro Rocha: Uma Vida Entre o Triatlo e as Artes Marciais

Em 2002, Pedro Rocha trabalhava numa clínica de acupuntura, terapeuta de Shiatsu Seitay Terapy, sob a orientação do Mestre Mitsuharu Tsuchiya, quando uma oportunidade inesperada mudou o rumo da sua carreira. Em 2003 aceitou um novo desafio e assim começou a sua jornada no triatlo, onde permaneceu diretamente envolvido até 2006.

Durante este período, Pedro Rocha teve a oportunidade de acompanhar a seleção em inúmeras viagens, incluindo estágios internacionais e a preparação para os Jogos Olímpicos de Pequim. Foi também uma fase em que trabalhou intensamente com atletas de topo, como Vanessa Fernandes, uma das melhores triatletas do mundo na época.

No entanto, a intensidade do trabalho e a pressão de conciliar várias atividades começaram a pesar. Além do trabalho com o Mestre MitsuharuTsuchiya e a Federação de Triatlo, Pedro abriu o seu próprio espaço holístico na Margem Sul. A necessidade constante de estudar e evoluir, mesmo nos tempos livres, levou-o a um ponto de quase exaustão, obrigando-o a fazer uma pausa em 2005.

Depois de seis meses de descanso, Pedro Rocha regressou ao triatlo, desta vez como formador de primeiros socorros para treinadores. Este novo papel permitiu-lhe continuar a contribuir para o desporto, mas de uma forma menos exigente.

A experiência no triatlo foi, para Pedro, uma oportunidade única de integrar uma terapia oriental numa Federação Olímpica de Desporto, algo que, na época, era visto com alguma desconfiança. Durante os estágios e campeonatos, Pedro inovou ao oferecer tratamentos individuais aos atletas, adaptando-se às suas necessidades e horários, o que teve um impacto duradouro na sua relação com os desportistas.

DIREITOS RESERVADOS

Paralelamente ao triatlo, Pedro Rocha sempre manteve uma forte ligação às artes marciais, uma prática que começou em resposta a uma necessidade pessoal: a superação da sua gaguez. As artes marciais não só melhoraram a sua confiança e bem-estar, como também o ensinaram a lidar com os desafios internos, promovendo uma filosofia de não-violência e autorreflexão.

Além das artes marciais, a meditação e a prática do Reiki tornaram-se pilares fundamentais na vida de Pedro Rocha. O seu percurso no Reiki levou-o até ao Japão, onde completou os níveis mais avançados desta prática. Até à data, Pedro realizou cerca de 160 cursos e continua a promover o bem-estar espiritual através das suas atividades.

Hoje, Pedro Rocha reflete sobre a sua trajetória com gratidão, reconhecendo que as suas experiências no triatlo, artes marciais e meditação moldaram-no de formas profundas. Apesar de ter alcançado muito, ele continua aberto a novas oportunidades e desafios, sempre em busca de evolução pessoal e espiritual.

■ Tânia Faria